



# CÓMO SOBREVIVIR

## — EL PRIMER AÑO EN —

# ESTADOS UNIDOS

★  
DE LA SUPERVIVENCIA AL ÉXITO:  
TU HOJA DE RUTA PARA TRANSFORMAR  
TU PRIMER AÑO EN TU MEJOR INVERSIÓN

1

MESES

### LLEGADA Y DOCUMENTOS

- Visa y estatus legal
- SSN y documentos
- Cuenta bancaria
- Primeros pasos

3

MESES

### TRABAJO Y VIVIENDA

- Buscar trabajo
- Encontrar vivienda
- Establecer crédito
- Transporte

6

MESES

### ESTABILIDAD Y RUTINA

- Estabilidad laboral
- Rutina establecida
- Presupuesto
- Seguros y salud

12

MESES

### ESTABLECIDO Y PROSPERANDO

- Crecimiento profesional
- Inversión y ahorro
- Comunidad
- Metas alcanzadas



DOCUMENTOS EN REGLA



HOGAR ESTABLE



EMPLEO Y INGRESOS



COMUNIDAD Y REDES



CRECIMIENTO Y ÉXITO

GUÍA DE SUPERVIVENCIA



EDICIÓN LIMITADA

2027

DR. ALEXANDER FIGUEREDO

# **CÓMO SOBREVIVIR EL PRIMER AÑO EN ESTADOS UNIDOS**

*De la supervivencia al éxito: tu hoja de ruta para transformar tu primer año en tu mejor inversión*

*Guía de Supervivencia · Edición Limitada 2027*

**Dr. Alexander Figueredo**

*Médico formado en Cuba · Residente permanente en EE.UU.*

*Esta guía tiene propósito exclusivamente educativo e informativo.  
No constituye asesoría legal, migratoria, financiera ni médica personalizada.  
Las leyes, requisitos y trámites cambian y varían según el caso y el estado;  
verifique siempre la información actualizada con fuentes oficiales  
y considere asesoría profesional para su situación particular.*

**Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356**

# Contents

<b>Introducción: el año que lo decide todo</b>	<b>5</b>
Tu hoja de ruta: las cuatro fases . . . . .	5
<b>Fase 1 — El primer mes: llegada y documentos</b>	<b>6</b>
Tu estatus legal: tu prioridad número uno . . . . .	6
El número de Seguro Social o el ITIN . . . . .	7
Abrir una cuenta bancaria . . . . .	7
Tus primeros pasos prácticos . . . . .	7
<b>Fase 2 — Meses 1 a 3: trabajo y vivienda</b>	<b>8</b>
Buscar trabajo . . . . .	8
Encontrar vivienda . . . . .	9
Empezar a construir tu crédito . . . . .	10
Transporte . . . . .	10
<b>Fase 3 — Meses 3 a 6: estabilidad y rutina</b>	<b>11</b>
Estabilidad laboral . . . . .	11
Establecer una rutina . . . . .	11
Hacer un presupuesto . . . . .	12
Seguros y salud . . . . .	12
<b>Fase 4 — Meses 6 a 12: establecido y prosperando</b>	<b>13</b>
Crecimiento profesional . . . . .	13
Inversión y ahorro . . . . .	14
Comunidad y redes . . . . .	14
Metas alcanzadas, nuevas metas . . . . .	15
<b>El lado emocional del primer año</b>	<b>16</b>
Los desafíos invisibles . . . . .	16
Permítete sentir . . . . .	16
Cuida tu salud mental . . . . .	16
El motor que no debe apagarse: la esperanza . . . . .	17
<b>Conclusión: de la supervivencia al éxito</b>	<b>17</b>



## Introducción: el año que lo decide todo

Hay un año en la vida del inmigrante que pesa más que cualquier otro: el primero. El primer año en Estados Unidos es el más duro, el más confuso y, al mismo tiempo, el más decisivo. Es el año en que todo es nuevo, en que cada trámite parece un muro, en que el idioma cuesta, en que la soledad aprieta y en que las dudas asaltan de noche. Pero también es el año en que se siembran las raíces de todo lo que vendrá después. Cómo vivas este primer año marcará, en gran medida, el rumbo de los años siguientes.

Yo lo sé porque lo viví. Llegué a este país en julio de 2022, después de cruzar selvas, fronteras y países enteros, con lo puesto y el corazón lleno de incertidumbre. Pasé por la confusión de no entender los trámites, por el miedo de no saber si lo lograría, por las noches de soledad y las mañanas de empezar otra vez desde cero. Sobreviví mi primer año, y de esa experiencia —y de la de tantos que he acompañado— nace esta guía. No te hablo desde la teoría: te hablo desde el camino recorrido.

Esta guía tiene un propósito claro y ambicioso: convertir tu primer año de un año de mera supervivencia en un año de construcción. Como dice la portada, **de la supervivencia al éxito**. No se trata solo de aguantar y llegar vivo al final del año; se trata de usar ese año para construir las bases —legales, económicas, laborales y humanas— que te permitirán prosperar. Tu primer año puede ser tu mejor inversión, si sabes en qué enfocarte y en qué orden.

### Tu hoja de ruta: las cuatro fases

Para que el primer año no te abrume, lo dividiremos en cuatro fases, una hoja de ruta clara con prioridades en cada etapa:

- **Fase 1 — El primer mes: Llegada y documentos.** Poner en orden tu estatus, tus documentos básicos y tus primeros pasos.
- **Fase 2 — Meses 1 a 3: Trabajo y vivienda.** Conseguir ingresos, un techo, y empezar a construir tu crédito.
- **Fase 3 — Meses 3 a 6: Estabilidad y rutina.** Estabilizar tu trabajo, establecer rutinas, presupuesto, seguros y salud.

- **Fase 4 — Meses 6 a 12: Establecido y prosperando.** Crecer profesionalmente, ahorrar e invertir, construir comunidad y alcanzar metas.

Y a lo largo de todas las fases, hay un hilo que no podemos olvidar: el lado emocional. Sobrevivir el primer año no es solo resolver trámites; es también cuidar tu mente y tu espíritu para no rendirte. De eso también hablaremos.

No tienes que hacerlo todo de golpe. Cada cosa a su tiempo, cada fase con su prioridad. Avancemos juntos, paso a paso, desde el día de la llegada hasta el día en que mires atrás y reconozcas, con orgullo, cuánto has construido. Empecemos.

## **Fase 1 — El primer mes: llegada y documentos**

El primer mes es de cimientos. No esperes resolver tu vida entera en treinta días; la prioridad de esta fase es poner en orden lo esencial: tu estatus, tus documentos básicos, tu entrada al sistema. Sin estas bases, todo lo demás se complica. Con ellas, abres las puertas de lo que sigue.

### **Tu estatus legal: tu prioridad número uno**

Lo más importante, por encima de todo, es entender y mantener tu estatus legal en regla. Cada situación migratoria es distinta, y este es el terreno donde más cuidado debes tener. Algunas recomendaciones generales:

- **Conoce tu estatus.** Entiende en qué situación migratoria estás, qué te permite y qué te exige.
- **Guarda todos tus documentos.** Cualquier papel relacionado con tu entrada y tu estatus es oro. Guárdalo, organízalo y haz copias.
- **Cumple los plazos.** Muchos procesos migratorios tienen fechas límite. Anótalas y no las dejes pasar.
- **Busca orientación legal confiable.** Para asuntos migratorios, la asesoría de un abogado de inmigración acreditado o de una organización legítima sin fines de lucro vale su peso en oro. Desconfía de los “notarios” y de quienes prometen milagros a cambio de dinero.

Tu estatus legal es la base de todo lo demás. Protégelo, infórmate y, cuando

se trate de decisiones importantes, busca ayuda profesional verdadera.

## **El número de Seguro Social o el ITIN**

Para funcionar en este país —trabajar, abrir cuentas, declarar impuestos— necesitas un número de identificación. Hay dos posibilidades según tu situación:

- **El número de Seguro Social (SSN):** si tu estatus te autoriza a trabajar, este es el número que necesitas. Se solicita ante la Administración del Seguro Social.
- **El ITIN (Número de Identificación Personal del Contribuyente):** si no calificas para un SSN, el ITIN te permite cumplir con obligaciones tributarias y acceder a ciertos servicios financieros. Se solicita ante el IRS con el formulario W-7.

Averigua cuál te corresponde y gestiónalo cuanto antes, porque muchos otros pasos dependen de tener este número.

## **Abrir una cuenta bancaria**

Uno de los primeros pasos prácticos es entrar al sistema bancario formal. Tener una cuenta bancaria protege tu dinero, te permite recibir tu salario, pagar de forma segura, y empezar a construir tu historia en este país. No guardes tu dinero en efectivo escondido: es inseguro y no te ayuda a crecer.

Para abrir una cuenta normalmente necesitas una identificación y, según el banco, un SSN o un ITIN. Muchos bancos permiten abrir cuentas con ITIN o pasaporte, así que no asumas que estás excluido. Investiga las opciones disponibles para tu situación y da ese paso temprano.

## **Tus primeros pasos prácticos**

Además de lo anterior, en el primer mes conviene resolver lo básico de la vida diaria:

- **Un teléfono.** Conseguir un número y un plan te conecta con todo lo demás.

- **Una dirección.** Tener una dirección estable, aunque sea temporal, es necesaria para casi todos los trámites.
  - **Orientación.** Familiarízate con tu zona: dónde queda lo esencial, cómo moverte, qué recursos hay para inmigrantes cerca de ti.
  - **Documentos en regla.** Reúne y organiza todos tus documentos importantes en un solo lugar seguro.
- 

**Tip del inmigrante:** En materia migratoria, huye de los que prometen resolverlo todo rápido y fácil a cambio de dinero. Los “notarios” que se hacen pasar por abogados, los que garantizan papeles o estatus, los que cobran fortunas por trámites simples: muchos son estafadores que se aprovechan del miedo y la desesperación del recién llegado. Para asuntos legales serios, busca abogados de inmigración acreditados u organizaciones reconocidas sin fines de lucro, muchas de las cuales ofrecen ayuda gratuita o de bajo costo. Tu estatus legal es demasiado valioso para ponerlo en manos equivocadas.

---

## Fase 2 — Meses 1 a 3: trabajo y vivienda

Con tus bases legales en marcha, la segunda fase se enfoca en lo que te dará independencia: ingresos y un techo. Estos son los meses de conseguir trabajo, encontrar dónde vivir, empezar a construir tu crédito y resolver cómo moverte. Es una fase de mucha actividad y, a veces, de mucha frustración. La constancia es la clave.

### Buscar trabajo

El trabajo es lo que te da independencia y te permite construir todo lo demás. Algunas claves para esta búsqueda:

- **Empieza con lo que puedas conseguir.** Tu primer trabajo no será necesariamente el de tus sueños, y está bien. Es un punto de partida

que te da ingresos, experiencia y referencias mientras construyes hacia algo mejor.

- **Usa todas las vías.** Aplica en línea, en persona, y sobre todo a través de tu red: muchos primeros trabajos llegan por recomendación de alguien que ya está aquí.
- **Prepara lo básico.** Un currículum sencillo, aunque sea modesto, y la documentación que te autoriza a trabajar.
- **No desprecies ningún trabajo digno.** Todo trabajo honrado tiene valor y es un escalón hacia arriba. Muchos que hoy prosperan empezaron en empleos humildes.
- **Aprende mientras trabajas.** Cada trabajo te enseña algo: el idioma, el sistema, una habilidad. Aprovecha esa escuela.

La búsqueda puede ser dura y llena de “no”. No te desanimes. La persistencia es lo que separa a quien encuentra de quien se rinde.

## Encontrar vivienda

Un techo estable es fundamental para todo lo demás. Buscar vivienda siendo recién llegado tiene sus desafíos —a menudo te piden historial, depósitos, referencias—, pero hay caminos:

- **Empieza por lo accesible.** Compartir vivienda con otros, alquilar una habitación, o vivir con conocidos al principio reduce costos mientras te estableces.
- **Reúne lo que piden.** Identificación, prueba de ingresos, depósito. Prepáralo para agilizar.
- **Cuidado con los engaños.** Desconfía de “alquileres” que piden dinero por adelantado sin ver el lugar o sin contrato. Los estafadores abundan en este terreno.
- **Conoce lo básico de tus derechos como inquilino.** Como inquilino tienes derechos, aunque seas inmigrante. Infórmate sobre lo esencial de los contratos de alquiler.

No busques la casa perfecta de entrada; busca un techo digno y estable que te sirva de base mientras subes.

## Empezar a construir tu crédito

Aquí hay algo que muchos recién llegados no saben y que es crucial: en Estados Unidos, tu historial de crédito es como tu reputación financiera, y empezar a construirlo temprano te abrirá puertas más adelante (alquilar, comprar un carro, conseguir mejores condiciones). Lo bueno es que se puede empezar incluso siendo nuevo:

- **Existen tarjetas aseguradas (secured cards)** diseñadas para quienes empiezan, y algunas tarjetas y productos aceptan ITIN sin necesidad de SSN.
- **Tu primer puntaje de crédito** suele tardar varios meses en generarse una vez que empiezas a usar crédito responsablemente.
- **La regla de oro:** paga siempre a tiempo y usa solo una parte pequeña de tu crédito disponible.

Empezar a construir crédito en tu primer año es plantar una semilla que dará frutos enormes después. (En la Biblioteca Latina de Supervivencia encontrarás una guía dedicada solo a este tema.)

## Transporte

Para trabajar y vivir necesitas moverte. Resuelve el transporte según tu zona:

- **Licencia de conducir.** Averigua los requisitos de tu estado para obtener una licencia; varían según el lugar y tu situación.
- **Transporte público.** En muchas ciudades es una opción económica para empezar.
- **Un carro.** Si lo necesitas, ten en cuenta no solo el costo del vehículo sino el seguro, que es obligatorio, y el mantenimiento.

Moverte con autonomía amplía enormemente tus opciones de trabajo y de vida.

---

**Tip del inmigrante:** No caigas en la trampa de despreciar el primer trabajo o la primera vivienda modesta pensando “yo merezco más” o “esto no es para mí”. El orgullo mal

entendido ha hundido a muchos. La sabiduría está en aceptar el escalón de hoy mientras construyes el de mañana. Casi todos los inmigrantes que hoy prosperan empezaron por abajo: en trabajos humildes, en viviendas compartidas, ganando poco. Lo importante no es dónde empiezas, sino que empieces y sigas subiendo. La humildad de hoy es el cimiento del éxito de mañana.

---

## Fase 3 — Meses 3 a 6: estabilidad y rutina

Superada la fase de arranque, llega el momento de pasar de la supervivencia agitada a la estabilidad. Estos meses son para consolidar lo que lograste: estabilizar tu trabajo, construir una rutina, ordenar tu dinero con un presupuesto, y atender tu salud y tus seguros. Es la fase en que dejas de apagar incendios y empiezas a vivir con orden.

### Estabilidad laboral

Si en la fase anterior conseguiste un trabajo, ahora el objetivo es estabilizarlo y, si es posible, mejorarlo:

- **Sé un buen trabajador.** La puntualidad, la responsabilidad y la buena actitud construyen tu reputación y abren oportunidades.
- **Busca crecer donde estás.** A veces el mejor siguiente paso está dentro de tu mismo trabajo: más horas, un mejor puesto, una habilidad nueva.
- **Sigue mirando hacia arriba.** Mantén los ojos abiertos a mejores oportunidades, pero desde la estabilidad, no desde la desesperación.

La estabilidad laboral te da algo precioso: previsibilidad, la base para planear el resto de tu vida.

### Establecer una rutina

La rutina es subestimada, pero es uno de los grandes pilares de una vida estable. Cuando llegas, todo es caos; establecer una rutina te devuelve el

control y la paz:

- Horarios regulares para trabajar, descansar y atender tus asuntos.
- Hábitos saludables de sueño, comida y ejercicio en lo posible.
- Tiempo apartado para lo importante: tus trámites, tu familia, tu descanso.

Una rutina sólida convierte el caos del recién llegado en la vida ordenada de quien ya está echando raíces.

## **Hacer un presupuesto**

Con ingresos más estables, es momento de tomar control de tu dinero con un presupuesto. Esto es lo que evita que el dinero se te escape y te permite empezar a ahorrar:

- **Conoce cuánto entra y cuánto sale.** Anota tus ingresos y tus gastos.
- **Págate a ti primero.** Aparta algo para ahorro apenas recibes tu pago, antes de gastar.
- **Controla las fugas.** Identifica gastos pequeños e innecesarios que drenan tu dinero.
- **Empieza tu fondo de emergencia.** Tu primera meta de ahorro: un colchón para imprevistos.

El presupuesto es la herramienta que transforma “trabajo mucho pero no me alcanza” en “controlo mi dinero y empiezo a construir”. (La Biblioteca Latina incluye guías dedicadas al ahorro y al presupuesto.)

## **Seguros y salud**

En esta fase también es momento de atender algo que muchos posponen hasta que es tarde: tu salud y tu protección.

- **Cuida tu salud.** Infórmate sobre las opciones de atención médica disponibles para tu situación, incluyendo clínicas comunitarias que atienden a bajo costo. No esperes a una emergencia para pensar en tu salud.

- **Entiende los seguros básicos.** El seguro de salud, el de auto (obligatorio si conduces), y otros seguros según tu situación. Entender lo básico te protege de gastos catastróficos.
- **Conoce tus derechos como paciente.** Si recibes atención médica, tienes derechos y opciones, incluso si los costos parecen abrumadores.

Como médico, insisto en esto: tu salud es tu mayor capital. Cuídala desde el principio, porque sin salud, todo lo demás se derrumba.

---

**Tip del inmigrante:** No esperes a estar enfermo para preocuparte por tu salud ni a tener un accidente para pensar en los seguros. El recién llegado, ocupado en sobrevivir, suele posponer estos temas hasta que un problema de salud o un imprevisto lo golpea sin protección, convirtiendo una dificultad en una catástrofe. Dedica tiempo en esta fase a informarte sobre clínicas comunitarias, opciones de cobertura y tus derechos como paciente. Prevenir cuesta poco; lamentar cuesta mucho.

---

## Fase 4 — Meses 6 a 12: establecido y prosperando

Llegaste a la segunda mitad del año. Lo más duro del arranque quedó atrás, y ahora la meta cambia: ya no se trata de sobrevivir, sino de prosperar. Esta es la fase de crecer, de construir hacia el futuro, de pasar de “estoy saliendo adelante” a “estoy construyendo algo”. Es donde tu primer año se convierte, de verdad, en tu mejor inversión.

### Crecimiento profesional

Con una base estable, es momento de mirar hacia arriba con más fuerza:

- **Mejora tu inglés.** Sea cual sea tu campo, el idioma es la llave que abre mejores oportunidades. Sigue aprendiéndolo con constancia.
- **Capacítate.** Cursos, certificaciones, habilidades nuevas. Invertir en ti mismo es la mejor inversión que existe.

- **Busca mejores oportunidades.** Desde tu base estable, da el salto a un trabajo mejor cuando aparezca.
- **Valida tus credenciales, si las tienes.** Si traes una profesión o estudios de tu país, infórmate sobre cómo validarlos o convalidarlos aquí. El camino puede ser largo, pero vale la pena explorarlo.

El crecimiento profesional es lo que convierte el “trabajo para sobrevivir” en “carrera para prosperar”.

## **Inversión y ahorro**

Con tu fondo de emergencia en marcha y tus finanzas más ordenadas, puedes empezar a pensar en el futuro:

- **Fortalece tu ahorro.** Aumenta poco a poco lo que apartas. Considera una cuenta de ahorros de alto rendimiento para que tu dinero crezca más.
- **Aprende sobre inversión.** Una vez que tu base esté firme, el siguiente paso es hacer crecer tu patrimonio a largo plazo. Infórmate, con prudencia, sobre las formas de invertir.
- **Piensa en metas grandes.** Un carro propio, el enganche de una casa, la educación de tus hijos, un negocio. Empieza a planear hacia esas metas.

El que ahorra e invierte con disciplina, aun ganando modestamente, construye con el tiempo una seguridad que el que solo gasta nunca alcanza.

## **Comunidad y redes**

No se prospera solo. Una de las claves del éxito a largo plazo es construir una red de relaciones:

- **Conéctate con tu comunidad.** Otros inmigrantes, compatriotas, vecinos, compañeros de trabajo, iglesias, organizaciones. La comunidad da apoyo, información y oportunidades.
- **Construye relaciones genuinas.** Las redes no son solo para “conseguir cosas”; son el tejido humano que te sostiene en las buenas y en las malas.

- **Ayuda a otros.** A medida que te estableces, conviértete tú también en el apoyo de quien recién llega. Lo que recibiste, devuélvelo. Eso construye comunidad y te construye a ti.

La soledad es uno de los grandes enemigos del inmigrante. La comunidad es su mejor antídoto y, a la vez, una de las llaves del éxito.

## **Metas alcanzadas, nuevas metas**

Al cerrar el primer año, tómate un momento para mirar atrás y reconocer lo que lograste:

- Sobreviviste lo más duro.
- Pusiste en orden tus documentos y tu estatus.
- Conseguiste trabajo y un techo.
- Empezaste a construir crédito, ahorro y estabilidad.
- Construiste el principio de una vida nueva.

Y luego, mira hacia adelante y traza nuevas metas para el segundo año y los que vienen. Porque el primer año no es la meta: es el cimiento. Sobre él construirás todo lo demás.

---

**Tip del inmigrante:** A medida que avanzas y empiezas a estabilizarte, no olvides de dónde vienes ni a quienes vienen detrás de ti. Conviértete en el apoyo, la información y la mano amiga que tú habrías querido tener al llegar. Ayudar a otros inmigrantes no solo es un acto de bondad: fortalece tu comunidad, te conecta con personas valiosas, y te recuerda lo lejos que has llegado. El que ayuda a otros a subir, se asegura un lugar firme en la cima. La solidaridad es, también, una estrategia de éxito.

---

## El lado emocional del primer año

Hasta aquí hemos hablado de trámites, trabajo, dinero y metas. Pero hay una dimensión del primer año de la que casi nadie habla y que, sin embargo, lo determina todo: la dimensión emocional. Porque sobrevivir el primer año no es solo resolver problemas prácticos; es también sostener tu mente y tu espíritu cuando todo es cuesta arriba.

### Los desafíos invisibles

El inmigrante carga un peso que no se ve: la soledad de estar lejos de los tuyos, el choque de una cultura y un idioma nuevos, la nostalgia por lo que dejaste, el cansancio de empezar de cero, el miedo al futuro, y a veces la sensación de no pertenecer a ningún lado. Estos desafíos invisibles son tan reales y tan duros como los trámites, y nadie debería enfrentarlos como si no existieran.

### Permítete sentir

Lo primero es darte permiso de sentir lo que sientes. Es normal extrañar, es normal tener miedo, es normal sentirse abrumado, es normal tener días malos. No eres débil por sentir el peso de este proceso; eres humano. Negar esas emociones o exigirte ser fuerte todo el tiempo solo las hace más pesadas. Reconócelas, déjalas pasar, y sigue.

### Cuida tu salud mental

Tu mente, como tu cuerpo, necesita cuidado:

- **No te aisles.** La soledad alimenta la tristeza. Busca conexión, aunque cueste.
- **Mantén lazos con los tuyos.** El contacto con tu familia y tus raíces te sostiene.
- **Construye comunidad aquí.** Nuevas amistades y vínculos te dan pertenencia.
- **Busca ayuda si la necesitas.** Si la tristeza o la angustia se vuelven demasiado pesadas y persistentes, hablar con un profesional o con al-

guien de confianza no es debilidad: es sabiduría y valentía. Existen recursos de apoyo, muchos gratuitos o de bajo costo, para quien atraviesa momentos difíciles.

## **El motor que no debe apagarse: la esperanza**

Por encima de todo, no dejes que se apague tu esperanza. Habrá días en que querrás rendirte, en que pensarás que no vale la pena, en que extrañarás tanto que dolerá. En esos días, recuerda por qué viniste, recuerda lo que sueñas, recuerda que miles lo han logrado y que tú también puedes. El primer año es el más duro, pero es solo el primero. Lo que hoy parece imposible, mañana será un recuerdo de lo que superaste.

Tu fuerza para llegar hasta aquí ya demostró de qué estás hecho. Esa misma fuerza te llevará adelante.

---

**Tip del inmigrante:** No confundas ser fuerte con no pedir ayuda nunca. El inmigrante suele cargarlo todo solo, en silencio, por orgullo o por no preocupar a los suyos. Pero pedir ayuda —emocional, práctica, comunitaria— no es rendirse: es lo más inteligente y valiente que puedes hacer. Apóyate en tu comunidad, mantén el contacto con tu familia, y si el peso emocional se vuelve demasiado, busca apoyo profesional, que existe y es para ti. Nadie cruza este primer año sin ayuda. Buscarla es de sabios, no de débiles.

---

## **Conclusión: de la supervivencia al éxito**

Empezamos diciendo que el primer año es el que lo decide todo. Ahora ya tienes la hoja de ruta para vivirlo no solo sobreviviendo, sino construyendo. Has recorrido las cuatro fases: el primer mes de poner en orden tu estatus y tus documentos; los meses de conseguir trabajo, vivienda y empezar tu crédito; la etapa de estabilizar tu vida con rutina, presupuesto y salud; y la

fase final de crecer, ahorrar, construir comunidad y alcanzar metas. Y has visto algo que muchas guías olvidan: que el primer año también se gana o se pierde en lo emocional, y que cuidar tu espíritu es tan importante como resolver tus trámites.

Yo crucé ese primer año, y te puedo decir con el corazón en la mano: es durísimo, pero se puede, y vale la pena. Cada trámite resuelto, cada dólar ahorrado, cada paso dado, cada noche difícil superada, son ladrillos de la vida nueva que estás construyendo. No tienes que hacerlo perfecto ni hacerlo rápido. Tienes que hacerlo con constancia, con paciencia, con orden y sin rendirte.

Recuerda la promesa del título de esta guía: de la supervivencia al éxito. Tu primer año puede ser el año en que solo aguantaste, o el año en que pusiste los cimientos de todo lo que serás. La diferencia está en el enfoque, en las prioridades, y en la decisión de no rendirte. Tú ya demostraste, con solo llegar hasta aquí, que tienes la fuerza. Ahora úsala para construir.

Estados Unidos no regala el éxito, pero le abre la puerta a quien trabaja con inteligencia, paciencia y dignidad. Tú puedes ser uno de los que cruzan esa puerta. Tu primer año empieza hoy, y con esta hoja de ruta en la mano, lo vas a transformar en tu mejor inversión.

Bienvenido. Y adelante. Lo vas a lograr.

---

*Esta guía tiene propósito exclusivamente educativo e informativo. No constituye asesoría legal, migratoria, financiera, médica ni de seguros personalizada. Las leyes, requisitos y trámites cambian con el tiempo y varían según cada caso y cada estado; verifique siempre la información actualizada con fuentes oficiales y consulte a profesionales acreditados para su situación particular. Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356.*

**Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356**

*Médico formado en Cuba · Residente permanente en los Estados Unidos*

*“Educate · Protégete · Asegura tu futuro”*

## Sobre el autor

El Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre es médico cubano, especializado en Medicina General Integral con residencia en Urología. En abril de 2021, tras denunciar públicamente la escasez de medicamentos y las condiciones del sistema de salud cubano, fue expulsado del sistema sanitario de la isla. En noviembre de ese año, el régimen anuló oficialmente su título médico.

Llegó a los Estados Unidos en julio de 2022, después de un trayecto que lo llevó por Guyana, Brasil, Bolivia, Perú, Ecuador, Colombia y la selva del Darién. Vivió en carne propia el durísimo primer año del inmigrante: la confusión de los trámites, la incertidumbre, la soledad y el reto de empezar de cero. Reside en Houston, Texas, con residencia permanente, y trabaja mientras avanza en la validación de sus credenciales médicas. De esa experiencia —la suya y la de tantos a quienes ha acompañado— nace esta guía.

Es autor de *Sobreviviendo al caos: La Cuba paralela*, y creador de la **Biblioteca Latina de Supervivencia en EE.UU.**: una colección de guías, manuales y libros en español diseñados para que el inmigrante latino entienda este país, defienda su dinero y su salud, y construya su futuro con conocimiento y dignidad.

*“Perdieron un médico pero ganaron un patriota.”*

*“Volveré el día que seas libre, Cuba.”*

{© 2027 Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre. Todos los derechos reservados. Esta guía tiene propósito exclusivamente educativo. No constituye asesoría legal, migratoria, financiera ni médica personalizada. Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356.}